



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIG/article/view/jig07404>

PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU TENTANG KONSUMSI SAYUR DAN BUAH PADA APARATUR SIPIL NEGARA (ASN) DI KABUPATEN BADUNG

Dwiyantiningsih^{1,K}, A.A.N. Kusumajaya², A.A. Gde Raka Kayanaya²,

¹Alumni Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar

²Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar

Email Penulis Korespondensi (^K): yantidwi2110@gmail.com

ABSTRACT

One of community action for healthy life is related to dietary change to increase the consumption of vegetables and fruits. However, they are still very low in the society. National Basic Health Research found that consumption of vegetables and fruits in the category of less in 2007 until 2013 showed that there was no significant change from 93.6% to 93.5%. This number similar in Province of Bali in 2007 and 2013 also found that the high percentage of less consumption of vegetables and fruit about 96,5% and 97,5% respectively. The study aims to determine knowledge, attitude, and behavior about consumption of vegetables and fruits in government officer of Badung Regency. This is a cross-sectional study using 60 samples. The study found that there are 55,5% samples had enough knowledge about vegetables and fruits consumption. Most samples classified as having good attitude is as many as 55.0%. The behavior of consumption of vegetables is considered low that almost all samples consumed vegetables in amount <250 grams in a day about 98.3%. According to the type of fruits can be seen that most samples consume <2 types of fruits in a day as many as 45.0% with less category.

Keywords: knowledge, attitude, and behavior, consumption vegetables and fruits

PENDAHULUAN

Gerakan masyarakat hidup sehat adalah gerakan bersama yang memiliki beberapa tujuan mulai menurunkan beban penyakit menular dan penyakit tidak menular, baik kesakitan, kematian maupun kecacatan, menghindarkan terjadinya penurunan produktivitas, menurunkan beban pembiayaan pelayanan kesehatan karena meningkatnya penyakit dan pengeluaran kesehatan. Perbaikan lingkungan dan perubahan perilaku kearah yang lebih sehat perlu dilakukan secara sistematis dan terencana oleh semua komponen bangsa, untuk itu gerakan masyarakat hidup sehat (Germas) menjadi sebuah pilihan dalam mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang lebih baik⁽¹⁾.

Salah satu kegiatan Germas yang berkaitan dengan perubahan pola makan yaitu peningkatan konsumsi sayur dan buah. Akan tetapi konsumsi sayur dan buah masih kurang di masyarakat. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menemukan konsumsi sayur dan buah dengan kategori kurang tahun 2007 hingga 2013 menunjukkan bahwa tidak terjadi perubahan yang berarti yaitu dari 93,6% menjadi 93,5%. Provinsi Bali tahun 2007 dan 2013 berdasarkan data Riskesdas juga ditemukan tingginya persentase kurang konsumsi sayur dan buah masing-masing yaitu 96,5% dan 97,5%. Kabupaten Badung tahun 2007 dan 2013 berdasarkan data Riskesdas Bali juga ditemukan tingginya persentase kurang konsumsi sayur dan buah masing-masing yaitu 96,9% dan 95,9%⁽²⁾.

World Health Organization (WHO) secara umum menganjurkan konsumsi sayur dan buah untuk hidup sehat sejumlah 400 g per orang per hari, yang terdiri dari 250 g sayur dan 150 g buah.

Bagi orang Indonesia dianjurkan konsumsi sayur dan buah 400-600 g per orang per hari bagi remaja dan orang dewasa. Sekitar dua-pertiga dari jumlah konsumsi sayur dan buah tersebut adalah porsi sayur⁽³⁾.

Konsumsi sayur dan buah diperlukan tubuh sebagai sumber vitamin, mineral dan serat dalam mencapai pola makan sehat sesuai anjuran pedoman gizi seimbang untuk kesehatan yang optimal. Sebagian vitamin dan mineral yang terdapat dalam sayur dan buah mempunyai fungsi sebagai antioksidan sehingga dapat mengurangi kejadian penyakit tidak menular terkait gizi, sebagai dampak dari kelebihan atau kekurangan gizi⁽⁴⁾.

Berdasarkan latar belakang di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan, sikap dan perilaku tentang konsumsi sayur dan buah pada Aparatur Sipil Negara (ASN) di Pemerintahan Kabupaten Badung.

Tujuan umum pada penelitian ini yaitu mengetahui pengetahuan, sikap dan perilaku tentang konsumsi sayur dan buah pada Aparatur Sipil Negara (ASN) di Kabupaten Badung. Sedangkan tujuan khusus pada penelitian ini yaitu menilai tingkat pengetahuan tentang konsumsi sayur dan buah, menilai sikap tentang konsumsi sayur dan buah, menilai perilaku tentang konsumsi sayur dan buah, menganalisis konsumsi sayur dan buah berdasarkan pengetahuan, menganalisis konsumsi sayur dan buah berdasarkan sikap, dan menganalisis konsumsi sayur dan buah berdasarkan ketersediaan.

METODE

Penelitian ini dilakukan di Pemerintahan Kabupaten Badung selama 4 bulan, dari bulan Maret hingga Mei 2018. Jenis penelitian adalah observasional, dengan rancangan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini yaitu semua pegawai Dinas Kesehatan dan Kementerian Agama yang masih aktif dan yang bertugas di lingkungan Pemerintahan Kabupaten Badung, sedangkan populasi target adalah semua pegawai Dinas Kesehatan dan Kementerian Agama yang masih aktif dan yang bertugas di lingkungan pemerintahan Kabupaten Badung pada tahun 2018. Sampel pada penelitian berjumlah 60 sampel yang terdiri dari 39 sampel berasal dari Dinas Kesehatan dan 21 sampel dari Kementerian Agama dengan teknik pengambilan sampel menggunakan multi stage random sampling. Terdapat 15 Dinas dan 1 Kementerian di Pusat Pemerintahan Kabupaten Badung, dipilih secara acak dengan cara undian sebanyak 1 Dinas dan 1 Kementerian dan terpilih Dinas Kesehatan dan Kementerian Agama. Pada penelitian yang dilakukan jumlah sampel minimal yaitu sebanyak 55 sampel namun, untuk meminimalisir adanya bias maka dari itu sampel yang diambil pada saat pengumpulan data yaitu sebanyak 60 sampel. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara langsung menggunakan form identitas sampel, form kuesioner pengetahuan, sikap, dan perilaku konsumsi sayur dan buah, form *recall* 24 jam dan form FFQ (*Food Frequency Questionnaire*), data identitas sampel diolah dengan menggunakan tabel frekuensi yang dibedakan berdasarkan nama, tanggal lahir, jenis kelamin, agama, dan pendidikan terakhir. Data konsumsi sayur dan buah dibedakan menjadi 3 yaitu data jenis, jumlah dan frekuensi. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan keterkaitan antar variabel dianalisis menggunakan tabel silang.

HASIL

Kabupaten Badung terletak pada posisi 08°14,17”– 08°50,57” Lintang Selatan dan 115°05,02” – 115°15,09” Bujur Timur, membentang di tengah-tengah Pulau Bali. Mempunyai wilayah seluas 418,52 km² (7,43% luas Pulau Bali), bagian utara daerah ini merupakan daerah pegunungan yang berudara sejuk, berbatasan dengan Kabupaten Buleleng, sedangkan dibagian selatan merupakan dataran rendah dengan pantai berpasir putih dan berbatasan langsung dengan Samudra Indonesia. Bagian tengah merupakan daerah persawahan dengan pemandangan yang asri dan indah, berbatasan dengan Kabupaten Gianyar dan Kota Denpasar disebelah Timur, sedangkan di sebelah Barat berbatasan dengan Kabupaten Tabanan.

Kabupaten Badung memiliki 15 Dinas dan 1 Kementerian yang terdiri dari, Dinas Daerah, Dinas Pariwisata, Dinas Komunikasi dan Informatika, Dinas Kebudayaan, Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu, Dinas Perindustrian dan Tenaga Kerja, Dinas Koperasi, Usaha Kecil Menengah dan Pertama, Dinas Pendidikan, Kepemudaan, dan Olahraga, Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil, Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana, Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, Dinas Kearsipan dan Perpustakaan, Dinas Kesehatan, Dinas Sosial, Dinas Pekerjaan Umum dan Penataan Ruang, Dinas Perikanan, dan Kantor Departemen Kementerian Agama Kabupaten Badung.

Terbentuknya Kantor Departemen Agama Kabupaten Badung melalui berbagai proses. Begitu pula dengan lokasi kantor, mulai dari menyewa rumah untuk dijadikan kantor sampai memiliki sebuah gedung yang megah sekarang ini. Sejarah berdirinya Kantor Departemen Agama Kabupaten Badung didahului oleh terbentuknya Departemen Agama Bali Utara dan Bali Selatan. Jumlah pegawai di Kementerian Agama Kabupaten Badung yaitu sejumlah 184 orang pegawai.

Dinas Kesehatan Kabupaten Badung yang terletak di sebelah barat Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil diantara gedung Dinas Sosial dan Badan Pemberdayaan Perempuan. Jumlah pegawai Dinas Kesehatan Kabupaten Badung yaitu sejumlah 86 orang.

Jumlah sampel penelitian ini adalah sebanyak 60 sampel yang terdiri dari pegawai Kementerian Agama Kabupaten Badung berjumlah 21 sampel dan pegawai Dinas Kesehatan Kabupaten Badung berjumlah 39 sampel. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data terkait kelompok umur sampel bahwa pada kelompok umur 46-55 tahun yaitu berjumlah 32 sampel (53,3%).

Menurut karakteristik jenis kelamin, data yang diperoleh lebih banyak sampel berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 41 sampel (68,3%). Dilihat dari agama, mayoritas sampel Agama Hindu yaitu sebanyak 54 sampel (90%). Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data terkait tingkat pendidikan sebagian besar memiliki tingkat pendidikan Sarjana yaitu sejumlah 54 sampel (90%).

Tabel 1
Distribusi Sampel Berdasarkan Karakteristik Individu Sampel

Karakteristik	f	%
1. Umur		
a. 35-45	28	46,7
b. 46-55	32	53,3
2. Jenis Kelamin		
a. Laki-laki	19	31,7
b. Perempuan	41	68,3
3. Agama		
a. Hindu	54	90,0
b. Islam	4	6,7
c. Kristen	1	1,7
d. Katolik	1	1,7
4. Tingkat Pendidikan		
a. SMA/MK	2	3,3
b. Diploma	4	6,7
c. Sarjana	54	90,0
Total	60	100

Rata-rata persentase nilai pengetahuan pada sampel yaitu 75,6%, nilai tertinggi pengetahuan pada sampel dengan persentase yaitu 95%, dan untuk nilai minimum pengetahuan pada sampel dengan persentase yaitu 50%. Menurut hasil penelitian berdasarkan pengetahuan dapat diketahui bahwa sebagian besar sampel tergolong memiliki pengetahuan cukup, yaitu berjumlah 33 sampel (55,0%). Pernyataan yang paling banyak dijawab dengan jawaban ya oleh sampel yaitu pernyataan ke

tujuh sebanyak 60 sampel (100%) mengenai jenis buah musiman adalah durian, rambutan, dan mangga. Sedangkan pernyataan yang paling banyak dijawab dengan jawaban tidak oleh sampel yaitu mengenai beberapa buah dan sayur kaya akan kolesterol sebanyak 56 sampel (93,3%).

Tabel 2
Distribusi Sampel Berdasarkan Pengetahuan dan Sikap Tentang Sayur dan Buah

Variabel/Kategori	f	%
Pengetahuan Tentang Sayur dan Buah		
a. Baik	24	40,0
b. Cukup	33	55,0
a. Kurang	3	5,0
Sikap Tentang Sayur dan Buah		
a. Baik	33	55,0
b. Cukup	27	45,0
Total	60	100

Rata-rata persentase nilai sikap pada sampel yaitu 77,5%, nilai tertinggi sikap pada sampel dengan persentase yaitu 90%, dan untuk nilai minimum sikap pada sampel dengan persentase yaitu 60%. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data terkait sikap dapat diketahui bahwa sebagian besar sampel tergolong memiliki sikap baik, yaitu sebanyak 33 sampel (55,0%).

Hasil pengumpulan data diketahui seluruh sampel suka mengonsumsi sayur, dengan alasan karena kesehatan yaitu berjumlah 45 sampel (75,0%), berdasarkan jenis sayur yang paling banyak disukai sampel adalah sayur bayam yaitu berjumlah 22 sampel (36,7%). Hasil pengumpulan data dapat diketahui bahwa seluruh sampel suka makan buah, dengan alasan kesehatan yaitu berjumlah 41 sampel (68,3%), berdasarkan jenis buah yang paling banyak disukai sampel adalah buah jeruk dan semangka yaitu masing-masing berjumlah 16 sampel (26,7%). Menurut cara pengolahan sayur yang paling sering dikonsumsi oleh sampel adalah dengan cara ditumis yaitu berjumlah 38 sampel (63,3%), berdasarkan cara makan buah yang paling disukai apabila buah dimakan langsung yaitu berjumlah 50 sampel (83,3%).

Berdasarkan hasil wawancara dengan menggunakan kuesioner diperoleh sebagian besar sampel menyatakan bahwa di kantin kantor menyediakan beranekaragam makanan salah satunya sayur berjumlah 57 sampel (95,0%) dan buah berjumlah 54 sampel (90,0%). Sedangkan hasil wawancara dengan menggunakan kuesioner diperoleh sebagian besar sampel menyatakan bahwa di rumah menyediakan menu sayur berjumlah 58 sampel (96,7%) dan buah berjumlah 41 sampel (68,3%).

Berdasarkan data penelitian dengan cara wawancara menggunakan metode recall 1x24 jam dapat diketahui bahwa sebagian besar sampel mengonsumsi >3 jenis sayur sejumlah 35 sampel (58,3%) yang tergolong dalam kategori baik. Sedangkan untuk jumlah sayur hampir seluruh sampel mengonsumsi sayur dalam jumlah <250 gram dalam sehari yaitu sejumlah 59 sampel (98,3%) yang tergolong dalam kategori kurang.

Menurut jenis buah dapat diketahui bahwa sebagian besar sampel mengonsumsi <2 jenis buah dalam sehari yaitu sebanyak 27 sampel (45,0%) yang tergolong dalam kategori kurang. Dilihat dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa jumlah buah yang dikonsumsi sehari tergolong dalam kategori baik yaitu berjumlah 30 sampel (50,0%) dan kurang yaitu berjumlah 30 sampel (50,0%).

Tabel 3
Distribusi Jenis dan Jumlah Sayur dan Buah dengan Metode Recall 1x24 jam

Jenis dan Jumlah Sayur dan Buah dengan Metode Recall 1x24 jam	f	%
1. Jenis sayur		
Baik	35	58,3
Cukup	12	20,0
Kurang	13	21,7
2. Jumlah sayur		
Baik	1	1,7
Kurang	59	98,3
3. Jenis buah		
Baik	22	36,7
Cukup	11	18,3
Kurang	27	45,0
4. Jumlah buah		
Baik	30	50,0
Kurang	30	50,0
Total	60	100

Tabel 4
Distribusi Jenis Sayur yang dikonsumsi Sampel Berdasarkan Pengetahuan Sampel

Pengetahuan	Jenis Sayur yang dikonsumsi						Total	
	Baik		Cukup		Kurang		f	%
	f	%	f	%	f	%		
Baik	16	45,7	3	25,0	5	38,5	24	40,0
Cukup	18	51,4	7	58,3	8	61,5	33	55,0
Kurang	1	2,9	2	16,7	0	0,0	3	5,0
Total	35	100,0	12	100,0	13	100,0	60	100,0

Dilihat dari data jenis sayur sampel berdasarkan pengetahuan sampel diketahui bahwa lebih banyak jenis sayur sampel dalam kategori baik memiliki pengetahuan cukup yaitu sejumlah 18 sampel (51,4%), sampel yang memiliki jenis sayur baik dengan pengetahuan baik yaitu sejumlah 16 sampel (45,7%), dan sampel yang memiliki jenis sayur baik dengan pengetahuan kurang yaitu sejumlah 1 sampel (2,9%).

Tabel 5
Distribusi Jenis Buah yang dikonsumsi Sampel Berdasarkan Pengetahuan Sampel

Pengetahuan	Jenis Buah yang dikonsumsi						Total	
	Baik		Cukup		Kurang		f	%
	f	%	f	%	f	%		
Baik	9	37,5	4	36,4	11	40,7	24	40,0
Cukup	13	16,7	5	45,5	15	55,6	33	55,0
Kurang	0	0,0	2	18,2	1	3,7	3	5,0
Total	22	100,0	11	100,0	27	100,0	60	100,0

Menurut data jenis buah sampel berdasarkan pengetahuan sampel diketahui bahwa lebih banyak jenis buah sampel dalam kategori kurang memiliki pengetahuan cukup yaitu berjumlah 15 sampel (55,6%), sampel yang memiliki jenis buah kurang dengan pengetahuan baik yaitu berjumlah

11 sampel (40,7%), dan sampel yang memiliki jenis buah kurang dengan pengetahuan kurang yaitu berjumlah 1 sampel (3,7%).

Berdasarkan data jumlah sayur sampel berdasarkan pengetahuan sampel diketahui bahwa lebih banyak jumlah sayur sampel dalam kategori kurang memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 33 sampel (55,9%), sampel yang memiliki jumlah sayur kurang dengan pengetahuan baik yaitu sebanyak 23 sampel (39,0%), dan sampel yang memiliki jumlah sayur kurang dengan pengetahuan kurang yaitu sebanyak 3 sampel (5,1%).

Dilihat dari data jumlah buah sampel berdasarkan pengetahuan sampel diketahui bahwa lebih banyak jumlah buah sampel dalam kategori kurang memiliki pengetahuan cukup yaitu sejumlah 18 sampel (60,0%), sampel yang memiliki jumlah buah kurang dengan pengetahuan baik yaitu sejumlah 11 sampel (36,7%), dan sampel yang memiliki jumlah buah kurang dengan pengetahuan kurang yaitu sejumlah 1 sampel (3,3%). Sedangkan data jumlah buah sampel berdasarkan pengetahuan sampel diketahui bahwa lebih banyak jumlah buah sampel dalam kategori baik memiliki pengetahuan cukup yaitu sejumlah 18 sampel (60,0%), sampel yang memiliki jumlah buah baik dengan pengetahuan baik yaitu sejumlah 13 sampel (43,3%), dan sampel yang memiliki jumlah buah baik dengan pengetahuan kurang yaitu sejumlah 2 sampel (6,7%).

Berdasarkan data jenis sayur sampel berdasarkan sikap sampel diketahui bahwa lebih banyak jenis sayur sampel dalam kategori baik memiliki sikap baik yaitu sebanyak 18 sampel (51,4%), sampel yang memiliki jenis sayur baik dengan sikap cukup yaitu sebanyak 17 sampel (48,6%), dan tidak ada sampel yang memiliki jenis sayur baik dengan sikap kurang.

Menurut data jenis buah sampel berdasarkan sikap sampel diketahui bahwa lebih banyak jenis buah sampel dalam kategori kurang memiliki sikap baik yaitu berjumlah 16 sampel (59,3%), sampel yang memiliki jenis buah kurang dengan sikap cukup yaitu berjumlah 11 sampel (40,7%), dan tidak ada sampel yang memiliki jenis buah kurang dengan sikap kurang.

Dilihat dari data jumlah sayur sampel berdasarkan sikap sampel diketahui bahwa lebih banyak jumlah sayur sampel dalam kategori kurang memiliki sikap baik yaitu berjumlah 32 sampel (54,2%), sampel yang memiliki jumlah sayur kurang dengan sikap cukup yaitu sebanyak 27 sampel (45,8%), dan tidak ada sampel yang memiliki jumlah sayur kurang dengan sikap kurang.

Dilihat dari data jumlah buah sampel berdasarkan sikap sampel diketahui bahwa lebih banyak jumlah buah sampel dalam kategori kurang memiliki sikap baik yaitu sejumlah 18 sampel (60,0%), sampel yang memiliki jumlah buah kurang dengan sikap cukup yaitu sejumlah 12 sampel (40,0%), dan tidak ada sampel yang memiliki jumlah buah kurang dengan sikap kurang. Sedangkan data jumlah buah sampel dalam kategori baik yang memiliki sikap baik dan cukup yaitu masing-masing sejumlah 15 sampel (50,0%), dan tidak sampel yang memiliki jumlah buah baik dengan sikap kurang.

Berdasarkan data jenis sayur sampel berdasarkan ketersediaan sayur di Kantor diketahui bahwa lebih banyak jenis sayur sampel dalam kategori baik dengan tersedianya menu sayur di Kantor yaitu sebanyak 33 sampel (94,3%). Menurut data jenis buah sampel berdasarkan ketersediaan buah di Kantor diketahui bahwa lebih banyak jenis buah sampel dalam kategori kurang dengan tersedianya menu buah di Kantor yaitu berjumlah 25 sampel (92,6%). Dilihat dari data jenis sayur sampel berdasarkan ketersediaan sayur di Rumah diketahui bahwa lebih banyak jenis sayur sampel dalam kategori baik dengan tersedianya menu sayur di Rumah yaitu sejumlah 35 sampel (86,4%).

Berdasarkan data jenis buah sampel berdasarkan ketersediaan buah di Rumah diketahui bahwa lebih banyak jenis buah sampel dalam kategori kurang tersedianya buah di Rumah yaitu sebanyak 16 sampel (59,3%), sampel yang memiliki jenis sayur dalam kategori kurang dengan sampel yang menyatakan kadang-kadang menyediakan buah di Rumah yaitu sebanyak 7 sampel (25,9%), dan sampel yang memiliki jenis buah kurang dengan sampel yang menyatakan tidak tersedianya buah di Rumah yaitu sebanyak 4 sampel (14,8%).

Menurut data jumlah sayur sampel berdasarkan ketersediaan sayur di Kantor diketahui bahwa sebagian besar jumlah sayur sampel dalam kategori kurang tersedianya menu sayur di Kantor yaitu berjumlah 56 sampel (94,9%). Dilihat dari data jumlah buah sampel berdasarkan ketersediaan buah di Kantor diketahui bahwa lebih banyak jumlah buah sampel dalam kategori kurang dengan tersedianya buah di Kantor yaitu sejumlah 28 sampel (93,3%), sampel yang memiliki jumlah buah kurang dengan sampel yang menyatakan tidak tersedia buah di Kantor yaitu sejumlah 2 sampel (6,7%). Sedangkan data jumlah buah sampel dalam kategori baik dengan tersedianya buah di Kantor yaitu sejumlah 26 sampel (86,7%), dan sampel yang memiliki jumlah buah baik dengan sampel yang menyatakan tidak tersedia buah di Kantor yaitu sejumlah 4 sampel (13,3%).

Menurut data jumlah sayur sampel berdasarkan ketersediaan sayur di Rumah diketahui bahwa sebagian besar jumlah sayur sampel dalam kategori kurang dengan tersedianya menu sayur di Rumah yaitu berjumlah 57 sampel (96,6%), dan sampel yang memiliki jumlah sayur kurang dengan sampel yang menyatakan tidak tersedia menu di Rumah yaitu berjumlah 2 sampel (3,4%).

Berdasarkan data jumlah buah sampel berdasarkan ketersediaan buah di Rumah diketahui bahwa lebih banyak jumlah buah sampel dalam kategori baik dengan tersedianya buah di Rumah yaitu sebanyak 23 sampel (76,7%), sampel yang memiliki jumlah buah baik dengan sampel yang menyatakan kadang-kadang tersedia buah di Rumah yaitu sebanyak 5 sampel (16,7%), dan jumlah buah baik dengan sampel yang menyatakan tidak tersedia buah di Rumah yaitu sebanyak 2 sampel (6,7%). Sedangkan data jumlah buah sampel dalam kategori kurang dengan tersedianya buah di Rumah yaitu sejumlah 18 sampel (60,0%), sampel yang memiliki jumlah buah kurang dengan sampel yang menyatakan kadang-kadang tersedia buah di Rumah yaitu sebanyak 9 sampel (26,7%), dan sampel yang memiliki jumlah buah kurang dengan sampel yang menyatakan tidak tersedia buah di Rumah yaitu sejumlah 4 sampel (13,3%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan kriteria inklusi sampel yang diambil hanya kelompok umur sampel pada kelompok umur 35-45 tahun yaitu berjumlah 28 sampel dengan persentase sebesar 46,7% dan pada kelompok umur 46-55 tahun yaitu berjumlah 32 sampel dengan persentase sebesar 53,3%. Menurut karakteristik jenis kelamin, data yang diperoleh lebih banyak sampel berjenis kelamin perempuan yaitu berjumlah 41 sampel dengan persentase 68,3%. Dilihat dari agama, mayoritas sampel Agama Hindu yaitu berjumlah 54 sampel dengan persentase 90%. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data terkait tingkat pendidikan sebagian besar memiliki tingkat pendidikan Sarjana yaitu sebanyak 54 sampel dengan persentase 90%. Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi konsumsi sayur dan buah seseorang, menurut penelitian Hermina dan Prihatini, S, 2016, dimana menyatakan bahwa semakin rendah tingkat pendidikan terlihat kecenderungan semakin kecil proporsi yang mengonsumsi sayur dan buah.

Rata-rata persentase nilai pengetahuan pada sampel yaitu 75,6%, nilai tertinggi pengetahuan pada sampel dengan persentase yaitu 95%, dan untuk nilai minimum pengetahuan pada sampel dengan persentase yaitu 50%. Berdasarkan pengetahuan didapatkan hasil sampel yang memiliki pengetahuan baik sejumlah 24 sampel dengan persentase 40,0%, sampel yang memiliki pengetahuan cukup sejumlah 33 sampel dengan persentase 55,0% dan sampel yang memiliki pengetahuan yang kurang sejumlah 3 sampel dengan persentase 5,0%. Dengan demikian lebih banyak sampel tergolong memiliki pengetahuan cukup, yaitu sejumlah 33 sampel dengan persentase 55,0%. Pernyataan yang paling banyak dijawab dengan jawaban ya oleh sampel yaitu pernyataan ke tujuh sebanyak 60 sampel (100%) mengenai jenis buah musiman adalah durian, rambutan, dan mangga. Sedangkan pernyataan yang paling banyak dijawab dengan jawaban tidak oleh sampel yaitu mengenai beberapa buah dan sayur kaya akan kolesterol sebanyak 56 sampel (93,3%). Hal ini dapat dikatakan tidak sesuai dengan teori yang ada. Menurut Notoatmodjo, 2007, pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Namun perlu ditekankan bahwa seorang yang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah pula.

Rata-rata persentase nilai sikap pada sampel yaitu 77,5%, nilai tertinggi sikap pada sampel dengan persentase yaitu 90%, dan untuk nilai minimum sikap pada sampel dengan persentase yaitu 60%. Sikap konsumsi sayur dan buah pada sampel menggambarkan bahwa tingkat konsumsi sayur dan buah dapat dilihat dari pernyataan terkait pendapat dan emosi seseorang. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data terkait sikap dapat diketahui bahwa sebagian besar sampel tergolong memiliki sikap baik, yaitu sebanyak 33 sampel (55,0%). Sampel yang memiliki sikap cukup sejumlah 27 sampel dengan persentase 45,0% dan tidak ada sampel yang memiliki sikap yang kurang. Dengan demikian lebih banyak sampel tergolong memiliki sikap baik, yaitu sejumlah 33 sampel dengan persentase 55,0%. Penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian Etti Miniarti, dkk., 2014, bahwa pengetahuan seseorang selalu berbanding lurus dengan sikapnya. Cara orang bersikap tergantung dari pengetahuan yang mereka miliki sehingga semakin banyak pengetahuan yang mereka miliki maka semakin baik pula caranya bersikap dalam kehidupannya namun kadang sulit untuk di aplikasikan dalam kehidupannya contohnya konsumsi terhadap sayur dan buah.

Hasil pengumpulan data diketahui seluruh sampel suka mengonsumsi sayur, dengan alasan karena kesehatan yaitu berjumlah 45 sampel (75,0%), berdasarkan jenis sayur yang paling banyak disukai sampel adalah sayur bayam yaitu berjumlah 22 sampel (36,7%). Hasil pengumpulan data dapat diketahui bahwa seluruh sampel suka makan buah, dengan alasan kesehatan yaitu berjumlah 41 sampel (68,3%), berdasarkan jenis buah yang paling banyak disukai sampel adalah buah jeruk dan semangka yaitu masing-masing berjumlah 16 sampel (26,7%). Menurut cara pengolahan sayur yang paling sering dikonsumsi oleh sampel adalah dengan cara ditumis yaitu berjumlah 38 sampel (63,3%), berdasarkan cara makan buah yang paling disukai apabila buah dimakan langsung yaitu berjumlah 50 sampel (83,3%).

Menurut hasil penelitian dapat diketahui bahwa ketersediaan sayur dan buah di Kantin Kantor sebagian besar sampel menyatakan bahwa di Kantin Kantor menyediakan menu sayur berjumlah 57 sampel (95,0%) dan buah berjumlah 54 sampel (90,0%). Namun, masih ada sampel yang menyatakan bahwa di Kantin Kantor tidak menyediakan menu sayur berjumlah 3 sampel (5,0%) dan buah berjumlah 6 sampel (10,0%). Sedangkan hasil wawancara dengan menggunakan kuesioner diperoleh sebagian besar sampel menyatakan bahwa di rumah menyediakan menu sayur sebesar 58 sampel (96,7%) dan buah sebesar 41 sampel (68,3%). Namun, masih ada sampel yang menyatakan bahwa di Rumah kadang-kadang menyediakan menu sayur sebesar 2 sampel (3,3%) dan kadang-kadang menyediakan buah sebesar 13 sampel (21,7%) dan tidak menyediakan buah di Rumah sebesar 6 sampel (10,0%).

Rata-rata konsumsi sayur pada sampel yaitu 87 gram per hari, konsumsi buah 155 gram per hari, untuk rata-rata konsumsi sayur masih jauh dibawah standar World Health Organization (WHO) secara umum menganjurkan konsumsi sayur dan buah untuk hidup sehat sejumlah 400 g per orang per hari, yang terdiri dari 250 g sayur dan 150 g buah. Hasil pengumpulan data penelitian yang dilakukan dengan cara wawancara menggunakan metode recall 1x24 jam untuk menentukan jenis dan jumlah sayur dan buah sedangkan food frequency questionnaire (FFQ) untuk menentukan frekuensi sayur dan buah. Berdasarkan data penelitian dengan cara wawancara menggunakan metode recall 1x24 jam dapat diketahui bahwa sebagian besar sampel mengonsumsi >3 jenis sayur sejumlah 35 sampel (58,3%) yang tergolong dalam kategori baik. Sedangkan untuk jumlah sayur hampir seluruh sampel mengonsumsi sayur dalam jumlah <250 gram dalam sehari yaitu sejumlah 59 sampel (98,3%) yang tergolong dalam kategori kurang.

Menurut jenis buah dapat diketahui bahwa sebagian besar sampel mengonsumsi <2 jenis buah dalam sehari yaitu sebanyak 27 sampel (45,0%) yang tergolong dalam kategori kurang. Dilihat dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa jumlah buah sampel <150 gram dalam sehari dan termasuk dalam kategori kurang yaitu berjumlah 30 sampel (50,0%). Penelitian ini sesuai dengan data Riskesdas Bali tahun 2007 dan 2013 juga ditemukan tingginya persentase kurang konsumsi sayur dan buah masing-masing yaitu 96,5% dan 97,5%. Kabupaten Badung tahun 2007 dan 2013 berdasarkan data Riskesdas Bali juga ditemukan tingginya persentase kurang konsumsi sayur dan buah masing-masing yaitu 96,9% dan 95,9%. Didukung hasil penelitian lainnya menunjukkan rendahnya konsumsi

buah dan sayur dibandingkan dengan yang dianjurkan. Jika dilihat hasil penelitian National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES II) pada 12.000 orang dewasa Amerika menunjukkan sebanyak 17% dari populasi penelitian tidak mengonsumsi sayur sama sekali pada makanan yang dimakan setiap harinya, dan terdapat sebanyak 41% yang tidak mengonsumsi buah atau jus buah⁽⁵⁾.

Berdasarkan data penelitian dengan cara wawancara menggunakan metode food frequency questionnaire (FFQ) dapat diketahui bahwa frekuensi menurut jenis sayur dan buah yang tidak pernah dikonsumsi yaitu labu kuning sebanyak 40 sampel (66,7%) dan sawo sebanyak 17 sampel (28,3%), untuk frekuensi sayur dan buah dalam 1x/hari yaitu wortel sebanyak 8 sampel (13,3%) dan jeruk manis sebanyak 17 sampel (28,3%). Dilihat dari data jenis sayur sampel berdasarkan pengetahuan sampel diketahui bahwa lebih banyak jenis sayur sampel dalam kategori baik memiliki pengetahuan cukup yaitu sejumlah 18 sampel (51,4%), sampel yang memiliki jenis sayur baik dengan pengetahuan baik yaitu sejumlah 16 sampel (45,7%), dan sampel yang memiliki jenis sayur baik dengan pengetahuan kurang yaitu sejumlah 1 sampel (2,9%). Menurut data jenis buah sampel berdasarkan pengetahuan sampel diketahui bahwa lebih banyak jenis buah sampel dalam kategori kurang memiliki pengetahuan cukup yaitu berjumlah 15 sampel (55,6%), sampel yang memiliki jenis buah kurang dengan pengetahuan baik yaitu berjumlah 11 sampel (40,7%), dan sampel yang memiliki jenis buah kurang dengan pengetahuan kurang yaitu berjumlah 1 sampel (3,7%).

Berdasarkan data jumlah sayur sampel berdasarkan pengetahuan sampel diketahui bahwa lebih banyak jumlah sayur sampel dalam kategori kurang memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 33 sampel (55,9%), sampel yang memiliki jumlah sayur kurang memiliki dengan pengetahuan baik yaitu sebanyak 23 sampel (39,0%), dan sampel yang memiliki jumlah sayur kurang dengan pengetahuan kurang yaitu sebanyak 3 sampel (5,1%). Dilihat dari data jumlah buah sampel berdasarkan pengetahuan sampel diketahui bahwa lebih banyak jumlah buah sampel dalam kategori kurang memiliki pengetahuan cukup yaitu sejumlah 18 sampel (60,0%), sampel yang memiliki jumlah buah kurang dengan pengetahuan baik yaitu sejumlah 11 sampel (36,7%), dan sampel yang memiliki jumlah buah kurang dengan pengetahuan kurang yaitu sejumlah 1 sampel (3,3%). Sedangkan data jumlah buah sampel berdasarkan pengetahuan sampel diketahui bahwa lebih banyak jumlah buah sampel dalam kategori baik memiliki pengetahuan cukup yaitu sejumlah 18 sampel (60,0%), sampel yang memiliki jumlah buah baik dengan pengetahuan baik yaitu sejumlah 13 sampel (43,3%), dan sampel yang memiliki jumlah buah baik dengan pengetahuan kurang yaitu sejumlah 2 sampel (6,7%).

Berdasarkan data jenis sayur sampel berdasarkan sikap sampel diketahui bahwa lebih banyak jenis sayur sampel dalam kategori baik memiliki sikap baik yaitu sebanyak 18 sampel (51,4%), sampel yang memiliki jenis sayur baik dengan sikap cukup yaitu sebanyak 17 sampel (48,6%), dan tidak ada sampel yang memiliki jenis sayur baik dengan sikap kurang. Menurut data jenis buah sampel berdasarkan sikap sampel diketahui bahwa lebih banyak jenis buah sampel dalam kategori kurang memiliki sikap baik yaitu berjumlah 16 sampel (59,3%), sampel yang memiliki jenis buah kurang dengan sikap cukup yaitu berjumlah 11 sampel (40,7%), dan tidak ada sampel yang memiliki jenis buah kurang dengan sikap kurang.

Dilihat dari data jumlah sayur sampel berdasarkan sikap sampel diketahui bahwa lebih banyak jumlah sayur sampel dalam kategori kurang memiliki sikap baik yaitu berjumlah 32 sampel (54,2%), sampel yang memiliki jumlah sayur kurang memiliki dengan pengetahuan cukup yaitu sebanyak 27 sampel (45,8%), dan tidak ada sampel yang memiliki jumlah sayur kurang dengan sikap kurang. Dilihat dari data jumlah buah sampel berdasarkan sikap sampel diketahui bahwa lebih banyak jumlah buah sampel dalam kategori kurang memiliki sikap baik yaitu sejumlah 18 sampel (60,0%), sampel yang memiliki jumlah buah kurang dengan sikap cukup yaitu sejumlah 12 sampel (40,0%), dan tidak ada sampel yang memiliki jumlah buah kurang dengan sikap kurang. Sedangkan data jumlah buah sampel dalam kategori baik yang memiliki sikap baik dan cukup yaitu masing-masing sejumlah 15 sampel (50,0%), dan tidak sampel yang memiliki jumlah buah baik dengan sikap kurang.

Berdasarkan data jenis sayur sampel berdasarkan ketersediaan sayur di Kantor diketahui bahwa lebih banyak jenis sayur sampel dalam kategori baik dengan tersedianya menu sayur di Kantor yaitu

sebanyak 33 sampel (94,3%). Menurut data jenis buah sampel berdasarkan ketersediaan buah di Kantor diketahui bahwa lebih banyak jenis buah sampel dalam kategori kurang dengan tersedianya menu buah di Kantor yaitu berjumlah 25 sampel (92,6%). Dilihat dari data jenis sayur sampel berdasarkan ketersediaan sayur di Rumah diketahui bahwa lebih banyak jenis sayur sampel dalam kategori baik dengan tersedianya menu sayur di Rumah yaitu sejumlah 35 sampel (86,4%). Berdasarkan data jenis buah sampel berdasarkan ketersediaan buah di Rumah diketahui bahwa lebih banyak jenis buah sampel dalam kategori kurang tersedianya buah di Rumah yaitu sebanyak 16 sampel (59,3%), sampel yang memiliki jenis sayur dalam kategori kurang dengan sampel yang menyatakan kadang-kadang menyediakan buah di Rumah yaitu sebanyak 7 sampel (25,9%), dan sampel yang memiliki jenis buah kurang dengan sampel yang menyatakan tidak tersedianya buah di Rumah yaitu sebanyak 4 sampel (14,8%).

Menurut data jumlah sayur sampel berdasarkan ketersediaan sayur di Kantor diketahui bahwa sebagian besar jumlah sayur sampel dalam kategori kurang tersedianya menu sayur di Kantor yaitu berjumlah 56 sampel (94,9%). Dilihat dari data jumlah buah sampel berdasarkan ketersediaan buah di Kantor diketahui bahwa lebih banyak jumlah buah sampel dalam kategori kurang dengan tersedianya buah di Kantor yaitu sejumlah 28 sampel (93,3%), sampel yang memiliki jumlah buah kurang dengan sampel yang menyatakan tidak tersedia buah di Kantor yaitu sejumlah 2 sampel (6,7%). Sedangkan data jumlah buah sampel dalam kategori baik dengan tersedianya buah di Kantor yaitu sejumlah 26 sampel (86,7%), dan sampel yang memiliki jumlah buah baik dengan sampel yang menyatakan tidak tersedia buah di Kantor yaitu sejumlah 4 sampel (13,3%).

Menurut data jumlah sayur sampel berdasarkan ketersediaan sayur di Rumah diketahui bahwa sebagian besar jumlah sayur sampel dalam kategori kurang dengan tersedianya menu sayur di Rumah yaitu berjumlah 57 sampel (96,6%), dan sampel yang memiliki jumlah sayur kurang dengan sampel yang menyatakan tidak tersedia menu di Rumah yaitu berjumlah 2 sampel (3,4%). Berdasarkan data jumlah buah sampel berdasarkan ketersediaan buah di Rumah diketahui bahwa lebih banyak jumlah buah sampel dalam kategori baik dengan tersedianya buah di Rumah yaitu sebanyak 23 sampel (76,7%), sampel yang memiliki jumlah buah baik dengan sampel yang menyatakan kadang-kadang tersedia buah di Rumah yaitu sebanyak 5 sampel (16,7%), dan jumlah buah baik dengan sampel yang menyatakan tidak tersedia buah di Rumah yaitu sebanyak 2 sampel (6,7%). Sedangkan data jumlah buah sampel dalam kategori kurang dengan tersedianya buah di Rumah yaitu sejumlah 18 sampel (60,0%), sampel yang memiliki jumlah buah kurang dengan sampel yang menyatakan kadang-kadang tersedia buah di Rumah yaitu sebanyak 9 sampel (26,7%), dan sampel yang menyatakan tidak tersedia buah di Rumah yaitu sejumlah 4 sampel (13,3%).

SIMPULAN DAN SARAN

Sebanyak 55,0% sampel tergolong memiliki pengetahuan cukup. Sebagian besar sampel tergolong memiliki sikap baik yaitu 55,0%. Hampir seluruh sampel mengonsumsi sayur dalam jumlah <250 gram dalam sehari yaitu sejumlah 98,3% tergolong kategori kurang. Hampir sebagian sampel mengonsumsi <2 jenis buah dalam sehari (45,0%) tergolong kategori kurang. Data *food frequency questionnaire* (FFQ) dapat diketahui bahwa frekuensi sayur dan buah dalam 1x/hari yaitu wortel sebanyak 8 sampel (13,3%) dan jeruk manis sebanyak 17 sampel (28,3%). Dilihat dari data jenis buah sampel berdasarkan pengetahuan sampel diketahui bahwa jenis buah sampel kategori kurang memiliki pengetahuan cukup yaitu berjumlah 55,6%. Jumlah sayur sampel berdasarkan pengetahuan sampel diketahui bahwa lebih banyak sampel kategori kurang memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 55,9%. Berdasarkan data jenis sayur sampel berdasarkan sikap sampel diketahui bahwa sampel kategori baik memiliki sikap baik yaitu sebanyak 51,4%. Jenis buah sampel berdasarkan sikap sampel diketahui bahwa sampel kategori kurang memiliki sikap baik yaitu berjumlah 59,3%. Menurut data jumlah sayur sampel berdasarkan ketersediaan sayur di Kantor diketahui bahwa sebagian besar jumlah sayur sampel dalam kategori kurang tersedianya menu sayur di Kantor yaitu berjumlah 56 sampel (94,9%). Jenis buah sampel berdasarkan ketersediaan buah di Kantor diketahui bahwa lebih banyak jenis buah sampel dalam kategori kurang dengan tersedianya menu buah di Kantor yaitu berjumlah 25 sampel (92,6%). Hasil penelitian diketahui bahwa jumlah sayur dan jenis buah pada

aparatur sipil negara (ASN) dalam kategori kurang, disarankan untuk Dinas Kesehatan Kabupaten Badung melakukan sosialisasi kepada pegawai Pemerintahan Kabupaten Badung agar menyediakan snack rapat yang mengandung sayur dan buah.

DAFTAR PUSTAKA

1. Widiastuti K. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas). Retrieved November 20,2017. from: <http://www.diskes.baliprov.go.id/id/GERAKAN-MASYARAKAT-HIDUP-SEHAT--GERMAS->
2. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2013). Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013. Lap Nas 2013. 2013;1–384. <https://doi.org/10.24065/riskesdas.v1i1.12345> Desember 2013.
3. Nurdianah A, Hadju V, Salam, A.2014. Gambaran Pengetahuan, Sikap Ketersediaan dan Pola Konsumsi Sayur dan Buah Remaja di Makassar,1–11.
4. Hermina, dan Prihatini, S. (2016). Gambaran Konsumsi Sayur dan Buah Penduduk Indonesia dalam Konteks Gizi Seimbang: Analisis Lanjut Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) 2014. Buletin Penelitian Kesehatan, 44, 205–218.
5. Kusumajaya, A.A.N., L.Cintari, dan N.N.A. Dewi, (2010). Hubungan Faktor Sosial Demografi Dan Perilaku Dengan Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak Remaja. Diakses dari <http://www.poltekkes-denpasar.ac.id/wp-content/uploads/2016/10/Hubungan-Faktor-Sosial-Demografi-dan-Perilaku-dengan-Konsumsi-Buah-dan-Sayur-pada-Anak-Remaja.pdf>